



Alps Azumino Century Ride 2015

アルプスあづみの
センチュリーライド

参加案内書

この度は本大会にご参加いただきまして誠にありがとうございます。
大会前にこの案内書をご覧いただき、大会内容についてご理解をいただいたうえでご参加いただければ幸いです。

※この案内書の内容は2015年4月16日現在の内容です。大会当日までに変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
また、昨年11月に発生しました長野県神城断層地震の影響により道路が被災している箇所があります。
これから災害復旧工事が本格的に始まるため、現在ホームページでご案内しているルートが変更になる可能性があります。
変更になった場合はホームページ上でその旨ご案内いたしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

《開催日》	2015年5月23日(土) 受付 5月24日(日) 大会
《会場》	松本市 梓水苑(しすいえん) 〒390-1701 長野県松本市梓川4-2-62-1 0263-78-5550

★本大会の注意事項

■「車検証」の提出が必要となります。

「車検」とは、参加される皆様の自転車を専門店にて点検・整備をしていただくことです。
自転車の専門店にてプロの目による「車検」をおこなうことにより、故障を未然に防止し、安全にアルプスあづみのセンチュリーライドを楽しんでいただきたいと考えております。

《車検についての注意事項》

- 1) 車検証は、同封の書類をお使いください。※大会ホームページからもダウンロード可能です。
- 2) 自転車検査証に自転車専門店にて捺印していただく「終了印」が無いと大会には参加できません
- 3) お近くのスポーツ自転車専門店にて必要事項を点検して検査店にて終了印を押してもらってください。
- 4) 点検・整備にかかる費用はご自身でご負担ください。

※「自転車検査証(車検)」は、事故などが発生した場合の主催者、整備を行った自転車専門店の責任を問うものではありません。

■サイクルトレインコースについて

サイクルトレインコースについては、本参加案内書とサイクルトレインコースの方のみの「サイクルトレインコース説明書」がございます。

本参加案内書及びサイクルトレインコース説明書の両方をご覧いただき、円滑な大会運営にご協力をいただければ幸いです。

■大会受付について

《受付時間》 5月23日(土) 10:00~17:00
《受付場所》 大会会場/梓水苑駐車場 受付テント

※事前に当日受付にて申込をされている方は、当日5月24日(日)の朝4:30から受付となります。

《受付の際に必要なもの》

- ①参加通知書(ゼッケン番号・氏名が記載したもの)
- ②自転車検査証
(自転車専門店の終了印がされているもの)

《受付の際にお渡しするもの》

- ①ゼッケン
(ヘルメット前面用:1枚、背中用:1枚)
- ②安全ピン(4本)
- ③参加記念品

5月23日(土)	5月24日(日)
10:00 受付開始・試乗会スタート	4:00 駐車場開場
11:30 ウェルカムイベント開始	4:30 当日受付開始
16:30 ウェルカムイベント終了	17:00 フィニッシュ指定時刻
17:00 受付終了	※閉会式は開催しません。各自終了後解散となります。

スタートについて

スタート時刻は下記をご参照ください。スタート時刻に合わせ会場にお越しください。

コース	スタート時刻	スタート/ゴール ⇄ 折り返しエイド
160kmコース S組	5:30	梓水苑 ⇄ 白馬エイド(白馬ジャンプ競技場)
サイクルトレインコース	5:50	梓水苑 ⇒ 白馬エイド ⇒ JR白馬駅 ⇒ JR一日市場駅 ⇒ 梓水苑
160kmコース 1組	6:00	梓水苑 ⇄ 白馬エイド(白馬ジャンプ競技場)
160kmコース 2組	6:20	梓水苑 ⇄ 白馬エイド(白馬ジャンプ競技場)
160kmコース 3組	6:40	梓水苑 ⇄ 白馬エイド(白馬ジャンプ競技場)
120kmコース 1組	7:20	梓水苑 ⇄ 美麻エイド(大町市美麻地区)
120kmコース 2組	7:40	梓水苑 ⇄ 美麻エイド(大町市美麻地区)
80kmコース	8:00	梓水苑 ⇄ 大町エイド(国営アルプスあづみの公園【大町・松川地区】)

- ・会場には、更衣室等の設備がございません。出走できる状態で大会会場にお集まりください。
- ・スタートは、各コースごと整列順に行います。
- ・スタート時刻、スタート順は原則として変更することはできません。※下記参照

スタート時刻の変更について

- ・スタート時はコースとなる一般道に多くの参加者が固まって走行することとなり、自動車の走行の妨げになる可能性があり、大変危険な状況となります。参加者が少しでも分散するように各コースごとにスタート時刻を設定しているため、スタート時刻の変更はできません。
- ・ただし、距離の長いコースから短いコースへ変更した場合のみ、変更後コースのスタート時刻からの出走が可能です。
- ・スタート後のコース変更も可能です。その場合、主催者に申告する必要はございません。

当日受付について

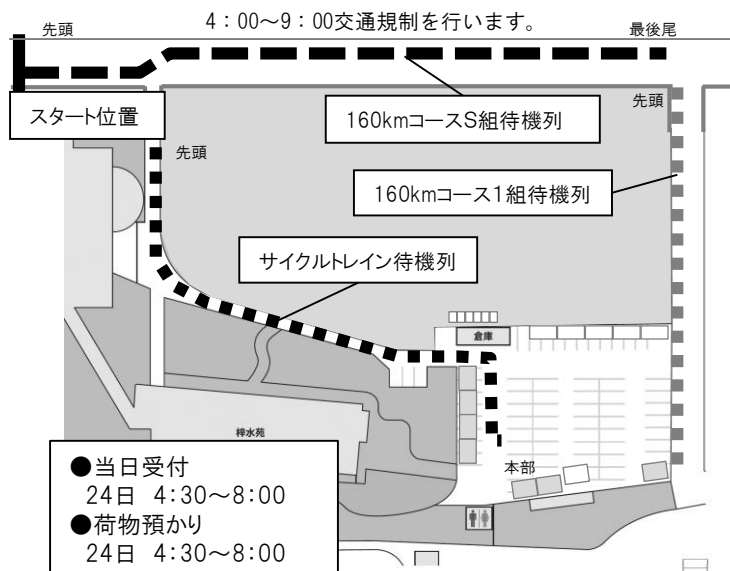
- ・事前に「当日受付」にてお申込みを頂いている方は、5月24日大会当日の早朝に受付を行います。
- ・当日受付の時間は、5月24日(日) 4:30~8:00となります。

荷物預かりについて

- ・大会当日(5月24日)、4:30~8:00まで(予定)荷物預かりを行います。
- ・荷物にはゼッケン番号・氏名を記入した荷札をつけてください。(荷札は主催者が用意いたします)
- ・貴重品については、お預かりできませんので、各自で管理をお願いします。

スタートの整列について

スタートの際の整列方法は下記の図面をご参照ください。(内容は変更になる場合がございます)



- ・待機は整列順となります。先に会場にお越しいただいた方から順番にお並びください。
- ・各コースの先頭と最後尾にはプラカードを持ったスタッフがきますので、スタッフの指示に従って列をつくってください。
- ・160kmコースS組の方は、スタートゲートを先頭にお並びください。(4:30から整列可能)
- ・サイクルトレイン及び160kmコース1組の方は、まずは左記の待機列にならんでいただき、前の組スタートの様子で、スタートゲート位置まで待機列を移動いたします。
- ・160kmコース2組、3組、120km1組、2組、80kmコースの方の待機列は順次ご案内いたします。
- ・待機列の移動時間は大会当日、プラカードに記載を致します。

- ・スタートゲートから、4名1組で10秒間隔でのスタートとなります。
- ・スタッフの指示に従ってスタートしてください。
- ・スタート後すぐに一般道となりますので、自動車や他の参加者に注意しながら走行してください。

指定通過時刻について

- ・各エイドには、指定通過時刻を設定しております。指定通過時刻を過ぎた場合には、ピックアップとさせていただきます場合がございます。
- ・ピックアップの場合は、収容車で大会会場（スタート/ゴール会場）までお送りいたします。
- ・ピックアップの際、自転車は別車両で大会会場（スタート/ゴール会場）にてご返却する場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- ・サイクルトレインコースは、スケジュールが異なります。別途「サイクルトレイン説明書」をご覧ください。

対象コース	指定通過時刻の設定場所	指定通過時刻	備考
160kmコース	大町木崎エイド	10:30	
	白馬エイド	12:00	160kmコース折り返し
120kmコース 160km/120kmコース	大町木崎エイド	12:00	
	大町美麻エイド	12:30 14:00	120kmコース折り返し
80kmコース	あづみの公園大町エイド	12:00	80kmコース折り返し
160/120/80km	松川エイド	15:00	
160/120/80km	安曇野エイド	16:00	
全コース	梓水苑	17:00	フィニッシュ指定時刻

エイドステーションについて

- ・エイドステーションは下記7ヶ所になります。すべてのエイドで「水」をご用意します。提供物は予定です。

	場所	運営時間	提供物
あづみの公園 穂高エイド	国営アルプスあづみの公園 【堀金・穂高地区】（往路のみ）	5:50 ~ 10:00	フランスパン 安曇野銘菓あずさ・湯多里饅頭
あづみの公園 大町エイド	国営アルプスあづみの公園 【大町・松川地区】（往路のみ） (80kmコース折り返し)	6:30 ~ 12:00	ネギ味噌おにぎり わらびもち
大町木崎湖 エイド	大町市平公民館（往路のみ）	7:00 ~ 12:00	つけものバイキング おざんざ
美麻 エイド	大町市美麻地区（120kmコース折り返し）	9:10 ~ 14:00	蕎麦うす焼き・こだわり豆腐の冷奴 バナナ
白馬 エイド	白馬ジャンプ競技場 (160kmコース折り返し)	7:40 ~ 13:00	豚汁・紫米おこわ（おにぎり）
白馬 スノーハープ エイド	白馬クロスカントリー競技場（復路のみ）	8:40 ~ 13:00	おやき
松川 エイド	安曇野ちひろ公園（復路のみ）	9:30 ~ 15:00	黒豆ようかん・黒豆茶
安曇野 エイド	碌山公園研成ホール（復路のみ）	9:50 ~ 16:00	だったんクリームクランチ リンゴジュース

リタイアについて

- ・走行中に何らかのトラブルでリタイアする場合は、大会本部へ電話連絡をお願いします。
- ・適切なサポートを行うため、エイドにいる場合でも、大会本部へ電話連絡をしてください。
- ・大会本部の電話番号は、受付時にお渡しします大会パンフレットに記載いたします。
- ・ピックアップおよびリタイアの場合、収容車での移動となりますが、収容車の手配の関係で、すぐに大会会場（スタート/ゴール会場）にお送りできない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

大会の開催可否について

- ・地震、風水害、事件、事故、荒天（降雨・強風・雷など）、疫病、その他の理由で大会を中止、中断、短縮する場合がございます。
- ・開催中止または短縮開催の場合は、大会当日5月24日（日）朝4時30分から下記サイト、及び大会公式facebookページにてお知らせいたします。
- ・短縮開催となった場合、「サイクルトレインコース」は中止となり、別のコースへの振り替えとなります。



大会携帯サイト



大会facebook

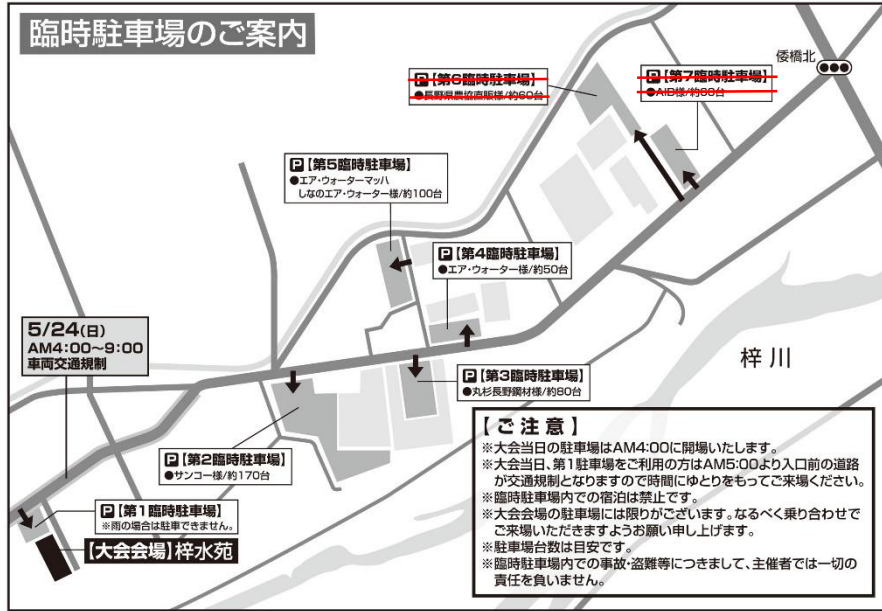
【電車をご利用の場合】

JR松本駅で松本電鉄上高地線乗り換え
新村駅下車 タクシーで約5分

【車をご利用の場合】

松本IC～国道158号線を上高地方へ、
「新村」交差点を右折、梓川を越えたら
「倭橋北信号」左折→梓苑苑
松本ICより車で約15分

※大会の臨時駐車場を右記の内容でご用意しております。
※台数に限りがございますので、なるべく乗り合わせでご来場いただきますようお願い申し上げます。
※周辺の各社にご協力いただき駐車場をお借りしております。ゴミ等は各自でお持ち帰りいただきますようお願い申し上げます。
※駐車場は変更になる場合がございます。
※臨時駐車場での事故・盗難等につきまして、主催者では一切の責任を負いません。



走行上の注意 (参加申込時に確認をいただいておりますが改めてご確認ください)

本大会は、競技会ではありません。北アルプス山麓・安曇野の自然と景観を、思い思いのペースで楽しみながら走るサイクリングイベントです。交通規制はしていませんので、交通ルール及び以下の大会規則を守り、安全に走行してください。

1) 自転車について

参加できる自転車は次のスポーツバイクに限りです。①ロードバイク、②クロスバイク、③MTB、④ミニベロ(小径車)⑤ピスト(前後ともブレーキが装備されているものに限る)⑥タンデム

2) 装備について

- ・安全に自転車走行ができる服装で参加してください。
- ・仮装での参加はご遠慮ください。
- ・安全のため、必ずヘルメットを着用してください。ヘルメットはハードシェルの市販品とし、人形、カバー等の付属物の装着は禁止いたします。
- ・グローブ(軍手可)を着用してください。
- ・160kmコース・120kmコースサイクリングトレインコース参加者は、トンネル通過箇所があるため必ずライトを装備してください。
- ・80kmコース参加者についてもライトの装備を推奨します。
- ・尾灯/リフレクターは必ず装着して下さい。
- ・次のハンドルは使用禁止とします。①DHハンドル、②クリップオン、③スピナッチ
- ・トレーラーは使用禁止とします。
- ・ディスクホイールは使用禁止とします。

3) 走行上のルールについて

- ・左側を一列で走行してください。
- ・一時停止場所、赤信号では確実に停止してください。
- ・走行中に携帯電話を使用しないでください。
- ・前走者とは適度に距離を保って走行してください。
- ・前走者を追い越す場合は、後方確認の上、右から声をかけながら追い越してください。
- ・写真・動画を撮影する場合は自転車を停止して安全な場所で撮影してください。
- ・走行中の写真・動画撮影は厳禁です。走行中に撮影する場合は、カメラを自転車またはヘルメットに確実に固定して行ってください。

4) 大会の中止または短縮について

・悪天候等により、大会が中止または短縮となる場合があります。その場合でも参加費は返却いたしませんので、予めご了承ください。

5) エイドについて

エイドステーションには、トイレ・水道等の設備、飲料水、補給食などが用意されています。参加者は無料でご利用いただけます。

6) 指定通過時刻について

- ・各エイドには通過指定時刻を設定しています。
- ・指定通過時刻を過ぎた場合は、ピックアップとさせていただきます

7) その他

- ・大会期間中は、スタッフの指示に従ってください。
- ・参加者全員に対し、傷害保険に加入していますが、大会当日以外については適用されません。また補償には限度がありますので予めご了承ください。
- ・万が一に備え、健康保険証を持参してください。
- ・ごみは各自持ち帰っていただくようお願いいたします。
- ・危険な走行であるとスタッフが判断した場合、また故障等により走行が困難だと判断した場合、走行を中止していただく場合がございます。

8) 長野県神城断層地震の影響について

昨年11月に発生しました長野県神城断層地震の影響により道路が被災している箇所があります。これから災害復旧工事が本格的に始まるため、現在ホームページでご案内しているルートが変更になる可能性があります。

・自転車・ヘルメット・ウェアの破損または盗難等につきまして、主催者では一切の責任を負いません。

お問い合わせ

大会ホームページの御問合せフォームよりお願いします。
緊急を要する場合のみ下記電話番号にお願いします。

【緊急時本部電話番号】 ~~080-6994-1962~~ (松島)

080-6997-4315

傷害保険について

・大会では参加者の皆様に対し、傷害保険に加入しています。大会としての保険となりますので、個人での保険加入をお勧めいたします。

保険金種類	補償額(保険金額)
死亡保険金	624.9万円
後遺障害保険金	死亡保険金の3~100%
入院保険金	(入院日額) 3,000円
手術保険金	手術の内容に応じ入院保険金の10倍, 20倍, 40倍
通院保険金	(通院日額) 1,500円